

**HUBUNGAN PERAN GANDA DENGAN STRES PADA
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
TUGAS BELAJAR DI UNIVERSITAS TRIBHUWANA
TUNGGADEWI MALANG**

Nur Khairiyah¹⁾, Farida Halis Dyah Kusuma²⁾, Wahidyanti Rahayu H.³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang
E-mail : Nurkhairiyah79@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan peran ganda dengan stres pada mahasiswa keperawatan tugas belajar di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang. Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 34 orang dengan penentuan sampel penelitian menggunakan seluruh populasi untuk dijadikan sampel. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner. Instrumen penelitian peneliti menggunakan kuesioner. Teknik pengumpulan data yaitu dengan cara mengurus surat ijin di kampus dan di Bangkesbangpol, setelah surat-suratnya selesai peneliti langsung melakukan penyebaran kuesioner, setelah itu peneliti melakukan pengumpulan data dengan tabulasi dan dianalisis. Hasil penelitian membuktikan sebanyak 14 orang (63,6%) mempunyai peran ganda biasa, sebanyak 22 orang (64,7%) mengalami stres ringan dengan Sig. (2-tailed) sebesar 0,018 (<0,05) atau ada hubungan, dengan demikian mahasiswa cukup biasa menjalankan peran ganda nya sebagai mahasiswa, perawat maupun orang tua sehingga perlu adanya peningkatan agar dapat mengatasi kedua perannya itu dengan baik tanpa harus merugikan salah satu peran tersebut.

Kata kunci : Mahasiswa PSIK, peran ganda, stres.

**RELATIONSHIP BETWEEN MULTIPLE ROLES WITH STRESS OF STUDENTS
OF NURSING SCIENCE PROGRAM FACULTY STUDY TASK TRIBHUWANA
TUNGGADEWI UNIVERSITY MALANG**

ABSTRACT

The purpose of this study is knowing relationship between dual role with stress on duty nursing student learning Tribhuwanatunggaladewi university Malang. The study design using a cross sectional study of cross-sectional or cross cut, cause or risk variables and results or cases that occur on the object of research is measured or collected simultaneously (at the same time). The population in this study were 34 people with the determination of the sample using the entire population to be sampled. Data collection techniques used were questionnaires. The data analysis method used is quantitative with mean statistic analysis multiple roles is 3,50 and stress is 1,35. Studies show as many as 14 people (63.6%) had a regular double role, as many as 22 people (64.7%) experienced mild stress with sig. (2-tailed) of 0,018 (<0.05) or there is relationship. Thus the student is quite usual run of its dual role as a student, nurses and parents that need to improve in order to address both the role it properly without harming one of these roles.

Keywords : *Multiple roles, stress, students of PSIK.*

PENDAHULUAN

Wanita pada saat ini menjadi bagian dari perkembangan penduduk Indonesia yang tidak dapat diabaikan perannya. Sensus Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2010 menunjukkan jumlah wanita yang masuk ke perguruan tinggi dari tahun ke tahun semakin meningkat yaitu sebanyak 6,13% di tahun 2009 dan 6,62% di tahun 2010. Banyaknya wanita yang memiliki peran ganda atau peran lebih dari satu dan pada saat yang bersamaan menuntut haknya untuk dipenuhi, menjadi permasalahan sendiri ketika seseorang menjalankan perannya,

tidak hanya sebagai mahasiswa, ibu rumah tangga, tetapi juga menjadi sebagai wanita karir Irawaty dan Kusumaputri (2008), sedangkan untuk para laki-laki yang bekerja di luar rumah adalah tugas yang memang seharusnya dilakukan. Banyak juga laki-laki yang bekerja dan menjadi seorang ayah dan suami yang mengalami depresi atau stress menghadapi peran ganda tersebut. Konflik peran ganda tersebut dapat menimpa siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan.

Konflik pekerjaan-keluarga-pendidikan merupakan salah satu bentuk konflik antar peran dimana tekanan dari

pekerjaan mengganggu pelaksanaan peran keluarga. Thomas dan Ganster mengatakan bahwa 38% pria dan 43% wanita yang sudah menikah dan memiliki pekerjaan, anak serta meneruskan pendidikan atau kuliah, dilaporkan mengalami konflik pekerjaan-keluarga-pendidikan dan pendidikan-keluarga-pekerjaan terhadap stress kerja, dan hasil yang diperoleh mengindikasikan bahwa tekanan untuk menyeimbangkan stres kerja tetapi juga ketidakpuasan kerja dapat menyebabkan depresi dan bahkan penyakit jantung.

Stres merupakan salah satu fenomena yang terjadi pada setiap manusia yang ada di seluruh permukaan bumi. Stres didefinisikan oleh Hans Selye sebagai respon nonspesifik tubuh terhadap setiap kebutuhan tanpa memperhatikan sifatnya. Respon tersebut meliputi satu seri reaksi fisiologis yang dinamainya Sindrom Adaptasi Umum (GAS). Menurut Luthans (2006) dalam Putri, R. H (2013), stres didefinisikan sebagai suatu respon adaptif terhadap situasi eksternal yang menghasilkan penyimpangan fisik, psikologis, dan perilaku pada anggota organisasi.

Manusia itu pasti memiliki peran ganda atau peran lebih dari satu dalam kehidupannya. Begitu juga halnya pada wanita, seperti halnya kaum wanita yang memiliki peran ganda yaitu memiliki dua peran atau lebih dan pada saat bersamaan menuntut haknya untuk dipenuhi Irawaty

dan Kusumaputri (2008). Peran ganda yang dialami dalam perkuliahan, karier dan keluarga yang melibatkan peran mahasiswa sebagai orang tua, pasangan suami/istri dan karyawan dan melibatkan aktivitas serta kewajiban lainnya dapat menjadikan hal tersebut sangat menyulitkan.

Hasil penelitian Setyawati (2010) dan Utami (2011), menyebutkan bahwa peran yang dijalani lebih dari satu membuat munculnya konflik dalam menjalankan peran tersebut. Hasil penelitian Puwanto (2009), juga menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja dan telah berkeluarga mengalami kesulitan dalam mengatur diri ketika belajar secara mandiri di luar perkuliahan tatap muka yang disebabkan oleh faktor internal seperti malas, kurang gigih, dan terlalu mengandalkan orang lain, sedangkan untuk faktor eksternal yaitu disebabkan karena adanya tugas yang banyak diberbagai perannya. Seorang wanita yang memiliki peran ganda atau peran yang lebih dari satu sering memiliki atau mengalami konflik. Konflik adalah hal yang harus dihadapi, karena suatu konflik tentu saja menimbulkan *stress* sehingga bagi wanita yang berperan lebih dari satu harus melakukan *coping* terhadap *stress* tersebut, selain itu ada beberapa dampak dari penyebab peran ganda selain stres yaitu frustrasi, rasa bersalah, kegelisahan,

keletihan, mudah emosi, insomnia dan lain-lain.

Bekerja merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi sebagian orang dewasa. Ada beberapa dekade ini yang dapat menyebabkan perkembangan dan pertumbuhan ekonomi terjadi dengan sangat pesat, hal inilah yang mendorong laki-laki bahkan perempuan untuk ikut serta dalam pemenuhan kebutuhan rumah tangga, maka tidak mengherankan bila saat ini kita sering menjumpai perempuan yang bekerja. Era sekarang ini, dimana ilmu dan teknologi berkembang dengan sangat pesat, menyebabkan semakin terkikisnya sekat-sekat yang memisahkan antara laki-laki dan perempuan untuk bekerja, dari tuntutan ekonomi dan keluarga serta semakin majunya teknologi inilah menuntut laki-laki maupun perempuan untuk menjalankan peran ganda ini selain sebagai karyawan, orang tua, suami/istri juga harus sebagai mahasiswa, karena untuk saat ini semua perusahaan baik itu pemerintah maupun swasta sudah banyak yang berlomba-lomba untuk mencari tenaga kerja yang handal di bidang apapun, baik itu karier, fisik maupun pendidikan. Inilah salah satu penyebab bagi seseorang yang menjalani peran ganda tetapi tidak bisa membagi atau mengatur peran tersebut sehingga mengakibatkan timbulnya stress.

Hasil wawancara dari salah satu mahasiswa Program Studi Ilmu

Keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang (2015), Tn. Y dan Ny. E yang sudah bekerja sebagai seorang perawat mengatakan stress yang terjadi akibat peran ganda pada mahasiswa khususnya perawat dapat diatasi jika mahasiswa tersebut bisa membagi waktu atau memprioritaskan tugas mana yang harus didahulukan atau diutamakan untuk dilakukannya, karena sebagai seorang perawat khususnya perawat yang bekerja di kamar operasi, biasanya hampir setiap hari selalu melakukan operasi baik besar maupun kecil. Untuk itu individu tersebut harus berusaha untuk memilih dan memprioritaskan tugas mana yang harus individu tersebut utamakan sebagai seorang perawat, mahasiswa atau keluarga. Maka dari itu, inilah alasannya mengapa peneliti mengambil judul tentang “Hubungan Peran Ganda Dengan Stres Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar Di Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian korelasional dengan metode pendekatan *cross sectional* dimana variabel sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian ini diukur dan dikumpulkan

secara sesaat dalam waktu satu kali waktu (dalam waktu yang bersamaan). Populasi dalam penelitian ini sebanyak 38 orang dengan penentuan sampel semua populasi dijadikan sampel. Sampel dalam penelitian ini yaitu 34 orang, yang sesuai dengan kriteria yang peneliti inginkan yaitu, yang sudah menikah atau berkeluarga dan menjadi tulang punggung keluarga. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Mahasiswa yang bersedia menjadi responden
- 2) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan yang berstatus Tugas Belajar
- 3) Sudah menikah atau berkeluarga atau yang sudah pernah menikah baik yang sudah memiliki anak maupun yang belum memiliki anak.
- 4) Belum pernah menikah tetapi sebagai tulang punggung keluarga.
- 5) Bekerja sebagai seorang perawat

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah:

- 1) Mahasiswanya tidak bersedia menjadi responden
- 2) Mahasiswa yang sedang sakit
- 3) Mahasiswanya sedang keluar kota
- 4) Mahasiswanya mengalami gangguan jiwa

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah peran ganda dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah stress dengan peran ganda. Lokasi penelitian ini adalah di RS.RKZ Program Studi Ilmu

Keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juni tahun 2016. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner, yaitu suatu cara pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir Setiadi (2007). Untuk Peran ganda, peneliti menggunakan kuesioner yang sudah diuji coba Wulandari (2012), sebanyak 22 soal, sedangkan untuk kuesioner stress peneliti menggunakan kuesioner Rasmun (2004), sebanyak 15 soal. Kedua kuesioner tersebut menggunakan skala yang berbeda. Untuk peran ganda peneliti menggunakan skala *Likert* yang mana responden harus memilih jawaban tersebut dengan memberi tanda (\surd) pada jawaban yang di pilih, yaitu sangat setuju, setuju, agak setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Sedangkan untuk stress peneliti menggunakan skala *Guttman* yaitu responden cukup memberi tanda (\surd) pada jawaban yang dipilih, yaitu ya dan tidak pada kuesioner tersebut. Data yang sudah diolah, diuji dengan uji statistik *Spearman's rho* menggunakan SPSS 23.0 dengan melihat nilai *Sig. (2 tailed)* dan *Corelation Coefficient*. Jika nilai *Sig. (2 tailed)* < 0,05 dan *Corelation Coefficient* mendekati 1, maka HI diterima sehingga ada hubungan antara peran ganda dengan stress pada mahasiswa tugas belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, dan status responden pada Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar Unitri Malang Tahun 2016.

Karakteristik Responden	Parameter	f	(%)
Jenis kelamin	Laki-laki	3	8,8
	Perempuan	31	91,2
Usia	41-50 th	1	2,9
	31-40 th	6	17,6
	21-30 th	27	79,4
Status	Menikah	13	38,2
	Belum menikah	21	61,8
Total			100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden adalah berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 31 orang (91,2%), sebagian besar responden berusia 21-30 tahun yaitu sebanyak 27 orang (79,4%) dan sebagian besar berstatus belum menikah yaitu sebanyak 21 orang (61,8%).

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa semua responden berpendidikan D3 yaitu sebanyak 34 orang (100%) dan diketahui bahwa sebagian besar responden Tidak Memiliki Jumlah tanggungan atau 0 yaitu sebanyak 24 orang (70,6%).

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan dan Jumlah Tanggungan Responden di Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar Unitri Malang Tahun 2016.

Karakteristik Responden	Parameter	f	(%)
Pendidikan	D3	34	100
Jumlah Tanggungan	>1	4	11,8
	1	6	17,6
Total	0	24	70,6
			100

Tabel 3. Hasil analisis data dengan uji *spearman's rho* pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar Unitri Malang Tahun 2016.

Variabel	f	Sig.	Koefisien Korelasi	Ket
Hubungan Peran Ganda Dengan Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang	34	0,018	0,402	H ₁ diterima

Berdasarkan Tabel 3, dapat disimpulkan bahwa diketahui adanya hubungan yang cukup kuat antara kedua variabel yaitu dengan melihat nilai Koefisien Korelasi yaitu sebesar 0,402

dengan (*2-tailed*) sebesar 0,018 (<0.05) atau HI di terima sehingga ada hubungan antara peran ganda dengan stress pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang.

Peran Ganda pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar

Berdasarkan data didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa berkatagori peran ganda biasa yaitu sebanyak 14 orang (63,6%) pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Banyaknya wanita yang memiliki peran ganda, yaitu memiliki dua peran atau lebih, dan pada saat bersamaan menuntut haknya untuk dipenuhi Irawaty & Kusumaputri (2008), menjadi permasalahan sendiri ketika menjalankan peran tidak hanya sebagai mahasiswa, tetapi juga menjadi ibu atau ayah, mahasiswa dan sebagai karyawan. Beberapa hasil penelitian Setyawati (2010) dalam Utami (2011) menyebutkan bahwa peran yang dijalani lebih dari satu membuat munculnya konflik dalam menjalankan peran tersebut.

Berdasarkan penelitian Puwanto (2009) menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja dan telah berkeluarga mengalami kesulitan dalam mengatur diri ketika belajar secara mandiri di luar perkuliahan tatap muka yang disebabkan

oleh faktor internal seperti malas, kurang gigih, terlalu mengandalkan orang lain dan faktor eksternal yaitu tugas yang banyak di berbagai perannya. Selain itu ada beberapa karakteristik faktor yang mempengaruhi peran ganda responden yaitu:

Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Status

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa jenis kelamin yang paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 31 orang (91,2%). Wanita pada saat ini menjadi bagian dari perkembangan penduduk Indonesia yang tidak dapat diabaikan perannya. Ini disebabkan karena perubahan jaman yang semakin moderen yang mana kaum wanita sama hak nya dengan kaum pria sehingga, sekarang ini banyak kaum wanita yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi atau setara dengan kaum pria. Sensus Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2010 juga menunjukkan bahwa jumlah wanita yang masuk ke perguruan tinggi dari tahun ke tahun semakin meningkat yaitu sebanyak 6,13% di tahun 2009 dan 6,62% di tahun 2010 Rachamah, D. W (2015).

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan juga bahwa sebagian besar responden berusia 21-30 tahun yaitu sebanyak 27 orang (79,4%). Ini disebabkan karena usia yang lebih muda lebih mengutamakan ego masing-masing

sehingga tidak terlalu peduli atau cuek dengan peran atau masalah yang terjadi. Penelitian Mezei (2008) juga mengungkapkan bahwa seseorang yang telah bekerja, belum berkeluarga dan masih belajar atau kuliah pada usia muda tetap masih bisa melakukan tugas atau perannya dengan lebih baik dibandingkan dengan usia yang lebih tua, ini dikarenakan usia yang lebih tua atau dewasa suka berfikir panjang dalam memecahkan suatu masalah sehingga kedepannya lebih baik dalam melakukan semua hal di bandingkan dengan usia yang lebih muda. Inilah yang menyebabkan dengan peran, status dan usia yang lebih tua ini, menyebabkan seseorang tersebut sulit menjalankan perannya.

Berdasarkan penelitian, juga didapatkan bahwa sebagian besar responden berstatus belum menikah yaitu sebanyak 21 orang (61,8%). Mahasiswa yang belum menikah memiliki tingkat stress yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang telah menikah, karena mahasiswa yang belum menikah tidak memiliki tanggungan hidup seperti mengurus suami atau anak. Berdasarkan hasil penelitian Puwanto (2009) menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja dan telah berkeluarga mengalami kesulitan dalam mengatur diri ketika belajar secara mandiri di luar perkuliahan tatap muka yang disebabkan oleh faktor internal seperti malas, kurang gigih,

terlalu mengandalkan orang lain dan faktor eksternal yaitu tugas yang banyak di berbagai perannya.

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan dan Tanggungan

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa semua responden berpendidikan D3 yaitu sebanyak 34 orang (100%), ini disebabkan karena tuntutan ekonomi yang semakin hari semakin meningkat jadi, jika masa sekarang ini tidak memiliki pendidikan yang tinggi maka akan sulit untuk mendapatkan pekerjaan dan memenuhi kebutuhan ekonomi. Djohan, Triani. R (2006) Juga mengatakan bahwa masa sekarang ini adalah masa yang penuh dengan persaingan dalam berbagai aspek dan bidang kehidupan, termasuk dalam bidang pekerjaan maupun pendidikan.

Negara Indonesia adalah Negara dengan jumlah penduduk yang besar yang membuat persaingan untuk mendapatkan pekerjaan menjadi sedemikian ketat. Hal ini dikarenakan jumlah antara tenaga kerja dengan lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sebanding, selain itu karena biaya kebutuhan hidup saat ini sangat besar menyebabkan seseorang termotivasi untuk belajar lagi di Perguruan Tinggi dengan harapan setelah mendapatkan gelar mereka akan lebih mudah mendapatkan pekerjaan dan pendapatan yang lebih baik. Agar lebih mudah untuk

mendapatkan pekerjaan dan penghasilan yang cukup memadai untuk keluarga, dibutuhkan tingkat pendidikan yang cukup yaitu minimal D3 atau S1, inilah penyebabnya mengapa seseorang yang berpendidikan D3 melanjutkan kembali pendidikannya untuk ke S1, S2 atau S3.

Berdasarkan hasil penelitian peneliti, didapatkan juga bahwa jumlah responden sebagian besar tidak memiliki jumlah tanggungan atau 0 yaitu sebanyak 24 orang (70,6%). Ini disebabkan karena banyaknya responden yang memiliki usia yang masih muda dan berstatus belum menikah sehingga tidak memiliki tanggungan dan beban hidup. Hasil penelitian Rachmah, D.W (2015) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki tanggungan hidup yang banyak akan lebih sulit menjalankan peran gandanya dibandingkan dengan seseorang yang tidak memiliki tanggungan hidup seperti anak. Inilah yang menyebabkan seseorang yang tidak memiliki tanggungan hidup lebih banyak mengalami peran ganda biasa dari pada yang memiliki tanggungan hidup.

Stress pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar

Berdasarkan data didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stress ringan sebanyak 22 orang (64,7%) pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Setiap manusia

pasti mengalami stress, baik itu ringan, sedang maupun berat. Stress ringan jika tidak ditangani dengan tepat, maka akan berpotensi besar menjadi stress sedang yang akan membahayakan bagi setiap orang. Salah satu faktor yang sangat berpengaruh terjadinya stress ringan pada peran ganda mahasiswa tugas belajar yaitu adalah tingkat usia, yang salah satunya ditunjukkan dengan jumlah responden yang berusia 21-30 tahun sebanyak 27 orang (79,4%).

Semakin bertambahnya usia, seseorang seringkali dituntut untuk memilih masa depannya sendiri. Usia 21-30 tahun merupakan usia yang telah mencapai masa persiapan terakhir untuk menjadi dewasa. Pada usia ini seseorang dituntut untuk segera mungkin mandiri dan bertanggung jawab lebih akan kehidupannya. Tidak sedikit yang jika tidak bisa mengatasi segala peran yang dijalannya dengan baik akan mengakibatkan stress karena memikirkan masa depan yang tak pasti. Jika tidak bisa beradaptasi dengan peran ganda yang dijalannya, maka akan menimbulkan beban berat yang akan sangat berpengaruh pada tingkat stress seseorang, hal ini sesuai dengan Maramis, (2004) dalam Sari (2009).

Berdasarkan hasil penelitian juga diketahui bahwa responden yang berstatus belum menikah mempunyai jumlah yang sangat besar yaitu mencapai 21 orang (61,8%). Status yang belum

menikah juga dapat menyebabkan seseorang mengalami stress ringan dalam menjalankan peran gandanya karena hanya menanggung beban sendiri dan tidak memiliki tanggungan hidup. Sedangkan bagi responden yang berstatus menikah dapat membagi beban yang dijalani dengan pasangannya. Sebagaimana hasil dari penelitian Rachmah, D.W (2015) menyatakan bahwa tugas-tugas kuliah yang banyak dapat diselesaikan jika tugasnya atau peran yang dijalannya telah diambil alih ataupun dibantu oleh orang lain atau pasangan hidupnya, sehingga memudahkannya untuk fokus ke tugas yang lain, tetapi jika pasangan suami atau istrinya tidak dapat membantu atau mengatasi peran tersebut dapat menyebabkan seseorang tersebut mengalami stress yang lebih berat.

Seseorang yang berstatus menikah harus pandai memanfaatkan waktu agar bisa membagi antara tugas kuliah, kerja dan urusan keluarga yang dijalannya. Karena jika tidak ditangani dengan baik akan menjadi beban yang berat bagi seseorang tersebut. Beban yang terlalu berat inilah yang akan membuat seseorang tersebut merasa sangat kelelahan baik secara fisik maupun emosional karena menanggung beban yang terlalu banyak Maramis (2004) dalam Sari (2009).

Hubungan Peran Ganda dengan Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan *spearman rank* diketahui bahwa ada hubungan yang cukup kuat antara peran ganda dengan stress pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang dengan koefisien korelasi sebesar 0,402 dan *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,018 (<0.05). Sedangkan hasil tabulasi silang membuktikan dari (63,6%) Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar yang memiliki peran ganda biasa berdampak memiliki stress ringan sebanyak (64,7%) pada Mahasiswa Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Banyaknya mahasiswa yang memiliki umur 21-30 tahun dan status yang belum menikah juga dapat menyebabkan terjadinya stress ringan pada peran ganda yang dijalani. Berdasarkan data umum yang diperoleh, sebanyak 79,4% responden yang berusia 21-30 tahun dan 61,8% yang berstatus belum menikah. Sedangkan 2,9% yang berusia 31-40 tahun dan 17,6% yang berusia 41-50 tahun merupakan usia yang sudah sangat matang untuk menjalankan peran ganda tersebut karena sudah terbiasa berfikir dan mengatasi semua peran ganda tersebut dengan cukup baik karena banyak peran yang harus dijalannya.

Seseorang yang berstatus belum menikah memiliki peran ganda dan stres yang lebih ringan dibandingkan dengan yang berstatus menikah karena, seseorang yang sudah menikah banyak menanggung beban sehingga peran yang dijalani banyak yang mengalami konflik, tetapi ada juga seseorang yang sudah menikah tetap bisa menjalankan peran gandanya dengan lebih baik karena adanya dukungan dari pasangan serta belum adanya tanggungan hidup seperti anak.

Penelitian Mezei (2008) juga mengungkapkan bahwa seseorang yang masih belajar atau kuliah pada usia dewasa meskipun telah bekerja tetap dapat melakukan regulasi diri dalam belajar untuk membantu dalam pemahaman diri dan menjalankan semua peran gandanya dengan baik. Ini disebabkan karena motivasi, dukungan serta tanggung jawab yang dimiliki seseorang yang lebih dewasa sangat besar untuk menguasai atau mengatasi semua peran ganda tersebut, sehingga tidak adanya perasaan terpaksa dalam belajar atau kuliah, bekerja dan mengurus rumah tangga sehingga dalam menjalankan peran ganda dalam kehidupannya dapat terlaksana dengan baik.

Stres merupakan hal yang akan dialami oleh setiap orang dengan tingkatan stress yang berbeda-beda. Tingkat stress seseorang selain peran ganda, juga dapat dipengaruhi oleh faktor yang lain seperti lingkungan, ekonomi,

usia, sosial budaya dan kepribadian. Dari faktor kepribadian peneliti mendapatkan data dari status responden dan jumlah tanggungan yang terdiri atas menikah dan belum menikah, serta dengan jumlah tanggungan yang terdiri dari tidak ada, 1 orang sampai >1 orang. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan antara peran ganda dengan stress pada usia yang masih muda, status yang belum menikah dan tidak memiliki tanggungan hidup. Hal ini disebabkan karena usia yang masih muda, belum menikah dan tidak memiliki tanggungan hidup atau anak dapat menjalankan peran gandanya seperti biasa tanpa ada hambatan, sehingga peran ganda yang dijalani menyebabkan mengalami stress ringan, karena peran ganda yang dijalani masih ringan atau masih dapat diatasi dengan sangat baik.

Menurut Baron dan Byrne (2009), peran adalah suatu perilaku yang diharapkan dapat dilakukan oleh individu yang memiliki posisi spesifik dalam suatu kelompok. Adanya peran tersebut memberikan individu kebebasan dalam bertindak namun tetap memiliki batasan atau pagar, yaitu standar perilaku yang tepat atau sesuai menurut pandangan masyarakat Henslin (2005). Peran ganda dapat dijalani dengan baik jika seseorang tersebut dapat membagi waktu atau menggunakan waktunya dengan baik dalam menjalankan peran ganda nya. Hal

yang paling penting adalah bagaimana cara mencari solusi pada saat stress terjadi, karena mekanisme koping yang dipilih akan sangat mempengaruhi ketahanan seseorang terhadap stress.

Menurut Kelliat (1999) dalam Atmaja (2008) mekanisme koping adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan dan respon terhadap situasi yang mengancam, dengan kata lain, sebesar apapun stress jika kita dapat menggunakan mekanisme koping yang tepat maka akan memudahkan kita dalam mengatasi atau menghadapi stress tersebut, karena tidak ada masalah yang tidak ada jalan keluarnya jika mau berusaha.

KESIMPULAN

- 1) Sebagian besar mahasiswa keperawatan tugas belajar memiliki peran ganda yang biasa yaitu sebanyak 14 orang (63,6%).
- 2) Stress yang dialami mahasiswa keperawatan tugas belajar dalam peran ganda nya sebagian besar adalah mengalami stress ringan yaitu sebanyak 22 orang 64,7 %.
- 3) Ada hubungan antara peran ganda dengan stress pada mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Tugas Belajar di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang

dengan nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,018 dan *Corelation Coefficient* sebesar 0,402.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan pada saat pengisian kuesioner untuk menunggu sehingga jawaban benar-benar diisi oleh responden yang bersangkutan. Selain itu masukan untuk peneliti selanjutnya agar meneliti tentang mekanisme koping yang tepat dalam mengatasi stress maupun tentang cara mengatasi peran ganda.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron & Byrne. 2009. Konflik peran ganda,
<http://library.binus.ac.id/eColls/eThesisdoc/Bab2/2011-2-01064PS%20Bab2001.pdf>, diakses pada Senin, 17 Februari 2014.
- Djohan, T. 2006. Perbedaan tingkat stress antara mahasiswa yang bekerja dengan yang tidak bekerja. Jakarta: Fakultas Psikologi UNIKA Atma Jaya.
- Hennessy, 2005. Stres kerja.
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/29648/4/Chapter%20II.pdf>, diakses pada tanggal 10 Februari 2012.

- Irawaty & Kusumaputri. 2008. Pengaruh manajemen diri terhadap intensitas konflik peran ganda (studi pada wanita yang bekerja di Lembaga Pendidikan). *Phronesis Jurnal Ilmiah Psikologi Industri dan Organisasi*, vol. 10, no. 1, hh. 14–33.
- Mezei. 2008. Motivation and self regulated learning: a case study of apre- intermediate and an upperintermediate adult student.
- Rachamah, D, 2015, 'Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak', *Jurnal Psikologi*, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin *WoPaLP*, vol. 2, hh. 79-104.
- Putri, R. 2013. Analisis pengaruh stres kerja dan konflik pekerjaan keluarga (work family conflict) terhadap kinerja karyawan melalui kepuasan kerja sebagai variabel intervening', Universitas Diponegoro, Semarang.
- Puwanto. 2009. Keefektifan belajar mandiri mahasiswa program studi pendidika anak usia dini Universitas Terbuka UPBJJ Yogyakarta', Universitas Terbuka, Yogyakarta.
- Sari, D. 2009. 'Tingkat kecemasan mahasiwa tentang pembuatan karya tulis ilmiah', Politeknik Kesehatan Malang.
- Setyawati, P. 2010. 'Fenomena konflik pekerjaan-keluarga kaitannya dengan performansi kerja (sebuah studi fenomenologi)'. *tesis*, Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.